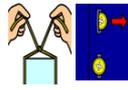
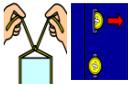
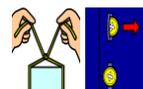


年が明けると、今年度も残り3ヵ月です。昨年に引き続き、職員一同、子どもたちの健やかな生活を見守っていきます。また、寒さも厳しくなってきました。感染症に気を付けながら、この季節ならではの遊びを楽しみたいと思います。



月	火	水	木	金	土
		1 休み 	2 休み 	3 休み 	4 課題あそび 
6 感触あそび  持ち物:スモック	7 運動あそび 	8 絵画あそび  持ち物:スモック	9 手指あそび 	10 課題あそび 	11 音楽あそび 
13 休み  成人の日	14 感触あそび  持ち物:スモック	15 クッキング(餅つき)  持ち物:エプロン、三角布、マスク	16 クッキング(餅つき)  持ち物:エプロン、三角布、マスク	17 絵画あそび  持ち物:スモック	18 運動あそび 
20 手指あそび 	21 課題あそび 	22 感触あそび  持ち物:スモック	23 避難訓練(噴火・津波) 音楽あそび 	24 運動あそび 	25 絵画あそび  持ち物:スモック
27 課題あそび 	28 手指あそび 	29 制作あそび(節分)  持ち物:スモック	30 制作あそび(節分)  持ち物:スモック	31 音楽あそび 	

☆今月の活動☆

クッキング…餅つきをします。杵と臼での餅つきを体験したり、餅を丸めたいと楽しみながら、咀嚼の大切さも伝えていきます。

手指あそび…洗濯ばさみやはさみを使用した活動に取り組みます。楽しみながら指先を動かしたい力の調節などが身につくようにします。

絵画あそび…にじみ絵や染め紙を行います。絵や模様かじんだり、色水で紙が染まったりする変化を楽しみます。

課題あそび…すごろくやカルタなど、お正月ならではの遊びをします。ルールを理解して、友だちと一緒に伝承遊びに親しむことができるようにします。

幸せを感じる（心を癒す）コミュニケーション

言語聴覚士 二宮佳美



新しい年が、皆さんにとって、幸多き年でありますようにお祈り申し上げます。

さて、「幸せ」（癒し）を感じるとは、どういうことなのでしょう？

脳科学的に言うと、オキシトシンというホルモンが出ている状態の様です。

どういうときに幸せ（癒し）のホルモン「オキシトシン」が出ているかというと、以下の様になります。

「スキンシップをとっている時」「心を開いて楽しんでいる時」「人を信頼する時」「感情を素直に表せる時」「親切にするとき」「感動する時」「思いやる時」等々だそうです。

ポイントは、①人と心温まる関わりを持つ事②五感に心地よい刺激を与える事だそうです。

具体的にどのような行動をすればよいかというと、「相手の目を見て気持ちのよいあいさつをする」「ありがとうとことばにする（感謝する）」「ハイタッチやハグ、マッサージなどをする」「本音で会話をし共感する」「だれかと食事をする」「グループで目標を達成する（信頼し、互いに応援し、褒めあう）」「贈り物をする（親切にする）」などが挙げられるそうです。

このような事であれば、日常生活の中で、それぞれに出来る方法で幸せ（癒し）ホルモンを出すことは出来るそうですね。

療育の中でも、人と幸せな（癒しのある）関わりをとれる様に支援して行けたらと思います。



1 冬季休暇について

12月28日(土)～1月3日(金)は冬期休暇とさせていただきます。年末は**12月27日(金)まで**、年始は**1月4日(土)**からのご利用となりますので、お間違いのないようお願いします。

2 受給者証について

市役所より新しい受給者証が届きましたら、確認や記入が必要となりますので、セルクへご持参下さい。

3 利用料について

利用料はなるべくお釣りのいらぬよう、準備をお願いします。

公認心理士の来所日

9日(木)、15日(水)、21日(火)、27日(月)

言語聴覚士の来所日

6日(月)、8日(水)、10日(土)、14日(火)、16日(木)、18日(土)、20日(月)、22日(水)、23日(木)、24日(金)、25日(土)、30日(木)

理学療法士の来所日

7日(火)PM、15日(水)AM、20日(月)AM

